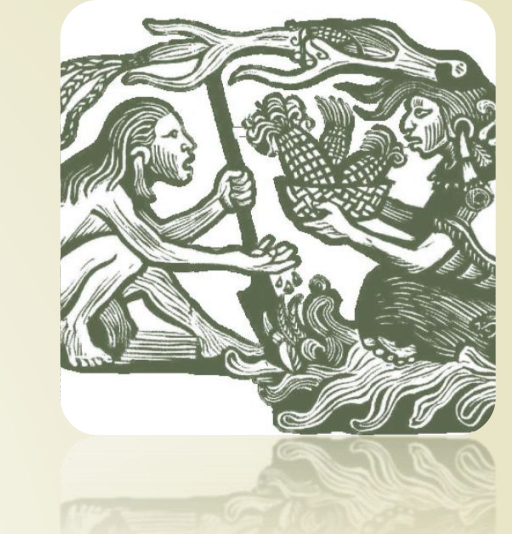


Cuadernillo 3.- Medicina Lunar- Medicina Femenina(sesión 3)

Semilleros de formación de brigadistas comunitarios teozentli 2020



Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval

Para el desarrollo de la tercer sesión



- En la tercer sesión del Módulo-Taller de Medicina Femenina-Medicina Lunar, se han incorporado una serie de materiales bibliográficos que todas podremos descargar y consuktar con mucho mayor precisión, de forma tal que lo que no podamos abordar por limitante en tiempo, quede como un material de apoyo al tratarse de diversos artículos y materiales donde se atienden cuestiones tales como:

- LA PLACENTA Y SUS SECRETOS
- MÉTODOS DE ESPAGYRIA Y TINTURAS
- BAÑO DE HIERBAS TRADICIONAL POSTPARTO
- CUERPOS MENSTRUANTES
- DONDE CRUZAN LOS BRUJOS (TAISHA ABELAR)
- HERBOLARIA OAXAQUEÑA
- LAS LUNAS EN LA MUJER
- MANUAL DE GINECOLOGÍA NATURAL PARA MUJERES
- Plantas medicinales utilizadas durante el proceso de parto y puerperio en madres de la comunidad nativa ...
- SABERES FEMENINOS Y USO DE PLANTAS MEDICINALES EDO MEX

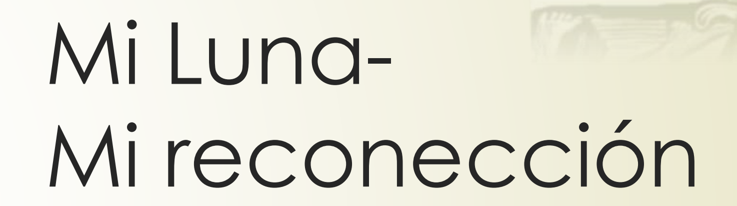
Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval

He aprendido a confiar en el poder de las plantas que curan y alivian, a respetar mi sangrado, he aprendido de su propia medicina y sabiduría, a utilizar alternativas para recolectar mi sangre. Pase de hacer como que nada me pasaba aguantando dolor y mis vaivenes internos en medio de un ritmo de vida inhumano, a experimentar el autocuidado y la autogestión de mi salud sexual y reproductiva.

Aprendí a pararme frente al sistema y renunciar a su farsa. Aprendí no solo que es posible, sino que es mucho más placentero y beneficioso para nosotras así como para las generaciones siguientes.



Mi Luna-
Mi reconección



- Del Fanzine "Cuerpos Menstruantes"

"A PARTE DE LA VIOLENCIA Y EL MIEDO, NADA EN NUESTRA SOCIEDAD HA SIDO MÁS EFICAZ PARA MANTENER A LAS MUJERES EN SU LUGAR -DE SUBORDINACIÓN- QUE LA DEGRADACIÓN DEL CICLO MENSTRUAL" C.N.



Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval

Las 4 fases del ciclo menstrual y su interrelación con las 4 fases lunares: las etapas de LA DIOSA



- Fase Post menstruación: Luna creciente, renacimiento y renovación de la naturaleza
- Fase Post-ovulación y pre menstruación: Luna menguante, repliegue, decrecimiento, reflexión, sensibilidad acrecentada, intuición y sueños vívidos
- Luna nueva.- etapa de inicio
- Luna Llena, momento de máximo fluido






Estas etapas del ciclo menstrual estuvieron asociadas ancestralmente con los ciclos de la luna, sintiendo como cada fase lunar en el cielo marcaba una parte de nuestro ciclo, así como su influencia en las aguas y fluidos, en las siembras y las cosechas…

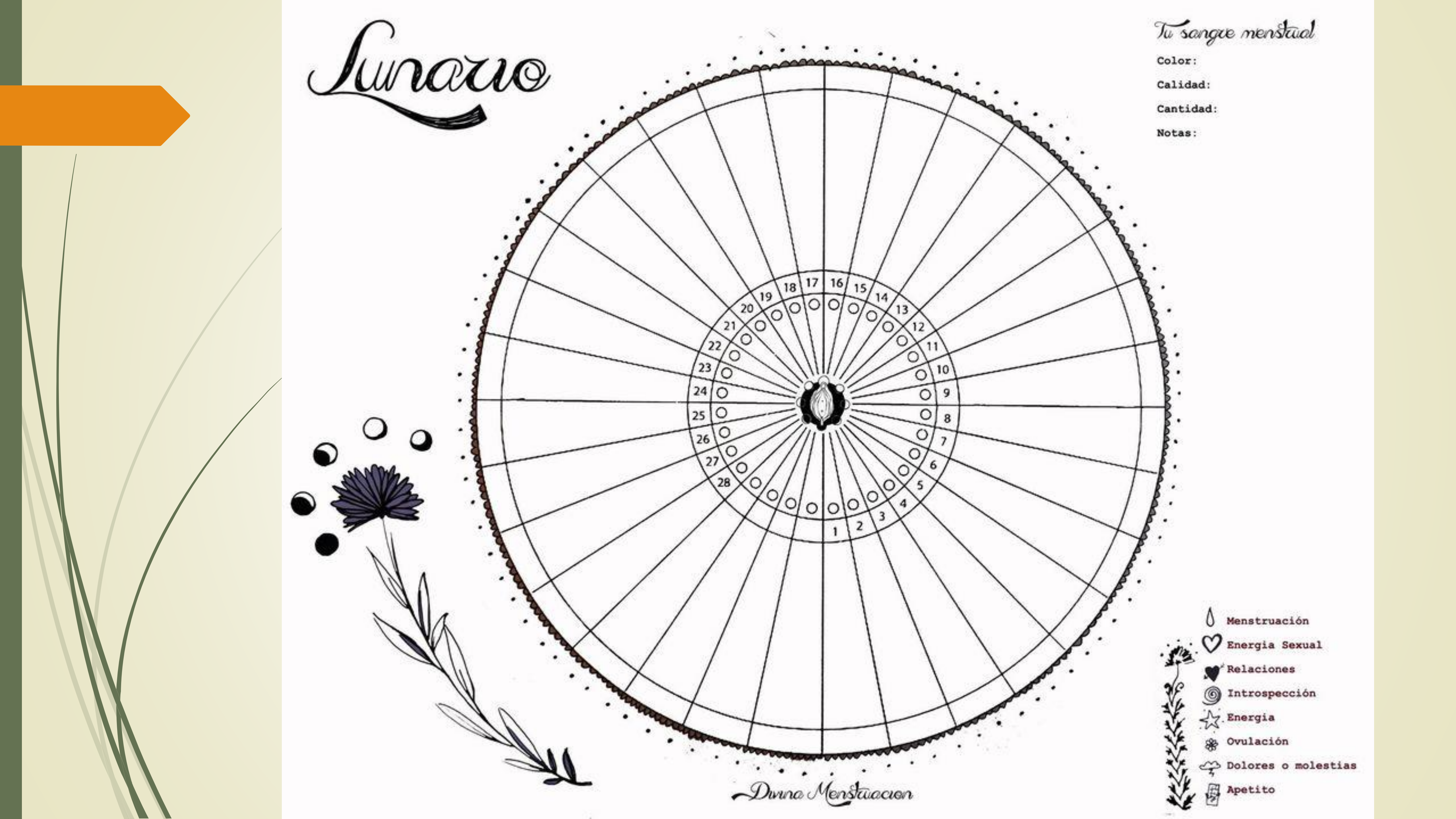
Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval

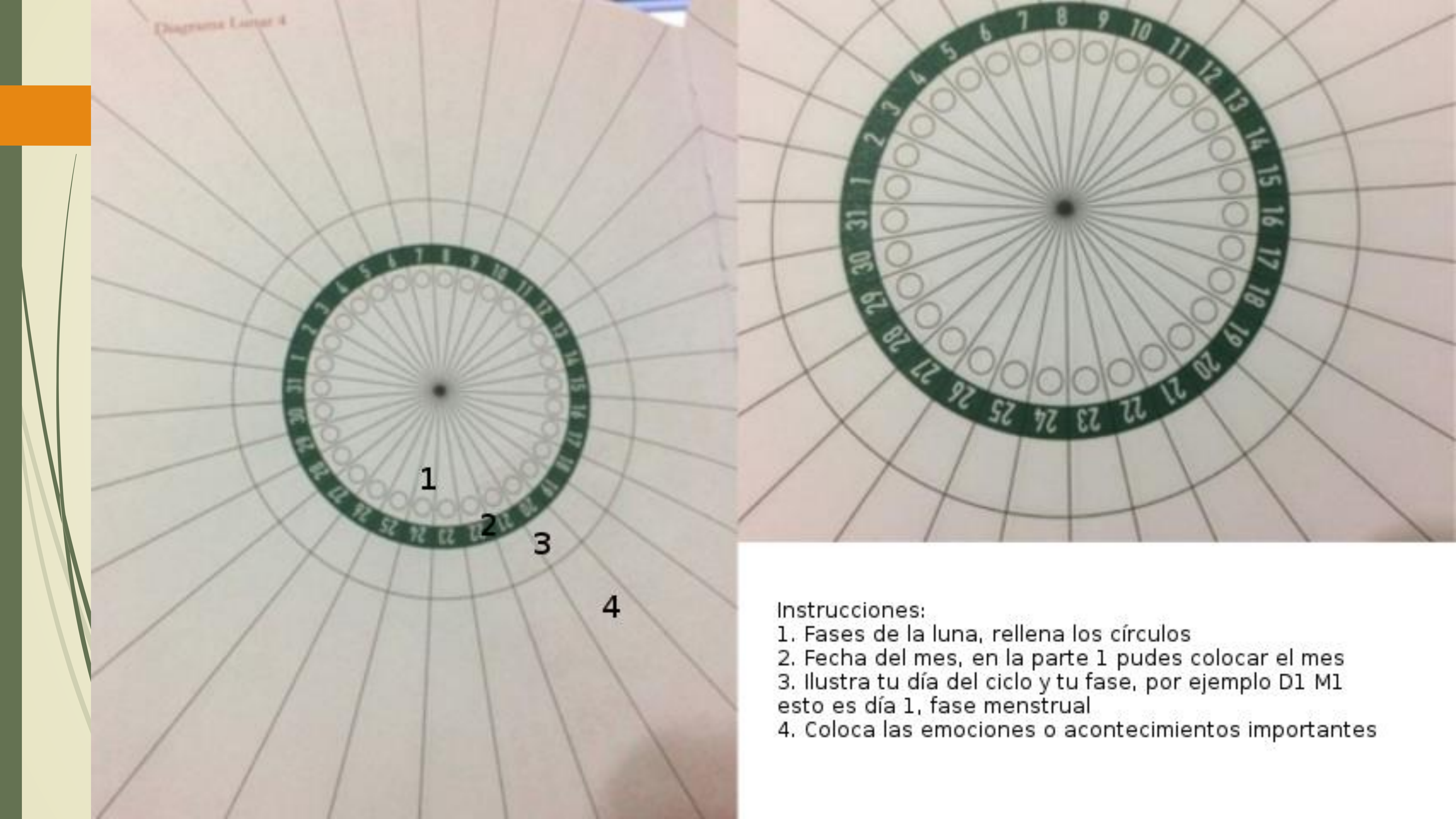
Empleo del lunario para la reconección con nuestra menstruación



- El lunario es una técnica especialmente diseñada para propiciar la reconexión con nuestra menstruación y la sintonización con los ciclos naturales lunares.
- Resultado de los ritmos de vida actual, de la división que los estilos de vida modernos han propiciado para estar desfasadas de los aspectos naturales y procesos lunares, actualmente visualizamos al menstruación como un proceso molesto, doloroso, incómodo y plenamente desconectado de lo ritual.
- Por lo anterior, el empleo del lunario es una herramienta importante que nos ayuda a ir cultivando y agudizando nuestra visión sobre el como estamos conectadas con los procesos lunares y naturales
- Para lo anterior se adjuntan dos gráficas de Lunario que puedes emplear llenando adecuadamente diversas observaciones sobre tu misma persona en los diferentes ciclos de tu ciclo menstrual.
- Aun cuando esta herramienta sea utilizada por mujeres que ya no tienen su periodo menstrual, esto no quiere decir que no sea una herramienta útil para ellas, dado que la mujer JAMÁS pierde ese vínculo aún cuando en el aspecto energético ya no sangre mensualmente, por lo cual ella podrá verter en el lunario diferentes aspectos emocionales, sensoriales, intuitivos o creativos de los cuales se percate

Mtra. Isis Damayanti
Ramírez Sandoval


Lunario
Tu sangre menstrual
Color:
Calidad:
Cantidad:
Notas:
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
Menstruación
Energia Sexual
Relaciones
Introspección
Energia
Ovulación
Dolores o molestias
Apetito
Divina Menstruacion


Diagrama Lunar 4
1
2
3
4
Instrucciones:
1. Fases de la luna, rellena los círculos
2. Fecha del mes, en la parte 1 pudes colocar el mes
3. Ilustra tu día del ciclo y tu fase, por ejemplo D1 M1
esto es día 1, fase menstrual
4. Coloca las emociones o acontecimientos importantes

Luna Roja Miranda Grey



- Se adjunta al aula virtual el libro de "Luna Roja. Los dones del ciclo menstrual" de Miranda Grey "impulsora de un movimiento mundial de espiritualidad femenina "
- En este libro podrás encontrar muchos detalles sobre:

Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval

Lateralidades y género



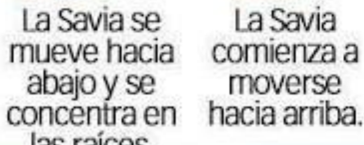
- La labor de observarnos, escucharnos, realizar introspecciones en nuestro ser femenino, implica paulatinamente ir dándose cuenta con mayor precisión de las molestias orgánicas, es hacernos conscientes de muchos síntomas orgánicos y es vital comenzar un proceso de comprensión de estos síntomas; esto se puede hacer desde la teoría de la descodificación, que nos muestra un camino diferente para poder desbloquear la energía que está atorada por diversos sucesos de nuestra vida e incluso –como sustenta esta práctica (descodificación)- de nuestros y nuestras ancestras.
- En este aspecto, es importante comprender que en nuestro cuerpo físico existe una correspondencia entre las lateralidades:
- Derecho= Masculino-Yang- polaridad positiva- calor- parte izquierda del cerebro, hemisferio izquierdo: creatividad, síntesis, intuición.
- Izquierdo= Femenino-Yin- polaridad negativa- frío- parte derecha del cerebro, hemisferio derecho: razón, intelecto

Mtra. Isis Damayanti
Ramírez Sandoval

Fases lunares y ciclos agrícolas y medicinales











Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval

Tomado de Tasicuna Tiyat (face)

- LA LUNA Y LA AGRICULTURA.
- LUNA NUEVA:reposo, adaptación y limpieza de la tierra.
- CUARTO CRECIENTE : podas que darán vigor a la planta, la savia se encuentra en la parte aérea de la planta, injertos, acodos.
- LUNA LLENA: la savia está en la parte aérea más alta, cosechar hortalizas de hoja y frutas aéreas.
- CUARTO MENGUANTE: podar, injertar.
- DE LUNA LLENA A CUARTO MENGUANTE:
  la luz comienza a reducirse en esta fase, trasplantes, retirar maleza, siembra de semillas en germinadores, mejora el desarrollo de las raíces.
- CUARTO MENGUANTE A LUNA NUEVA
- menor luz que en las otras faces, facilita la adaptación de las plantas recién sembradas o trasplantadas, cosechar plantas de raíz, menos cebolla y ajo. ideal para aplicar remedios ecológicos para prevenir o combatir plagas.
- LUNA NUEVA A CUARTO CRECIENTE
  se estimula el crecimiento de raíces y follaje, ideal para abonar la tierra, cosechar ajos, cebollas y para sembrar semillas de germinacion rápida.
- CUARTO CRECIENTE A LUNA LLENA
- se detiene o alenta el crecimiento de la raíz y aumenta el de las partes aéreas, cosechar frutas, realizar preparados, enmiendos y abonado. ideal para propagar plantas por división.

TINTURAS Y MICRODOSIFICACIONES LUNARES



- A partir de este punto se comenzarán a abordar diferentes terapéuticas aplicadas a la atención de padecimientos o desequilibrios orgánicos en las mujeres a través de diversas terapéuticas alternativas, por lo anterior se proporciona la forma y método para elaborar nuestra propia FARMACIA FEMENINA LUNAR.
- Uno de los métodos más efectivos para la conservación de medicina herbolaría es la elaboración de Farmacias permanentes con base en TINTURAS, también comicidad como TINTURAS MADRE
- Una TINTURA es la elaboración de una medicina natural (principalmente herbolaria, en algunos casos con base en sustancias minerales o tejidos animales o de composición en tejidos-carne) en un medio hidroalcoholico o alcohólico.
- Para este método, la extracción de los principios medicinales – herbolarios-minerales o animales-, se obtiene mediante un método de MACERACIÓN.
- La maceración es el método a través del cual obtenemos la saturación de propiedades medicinales en un vehículo –sea alcohólico, hidroalcoholico, oleato, vaselina, agua, grasa etc- sea mediante la Serenación fría o al calor, dependiendo cada caso.
- Estos métodos se pueden practicar en cualquier momento, pero la Medicina Femenina, hace uso de las etapas lunares álgidas para su elaboración y de las etapas lunares diferenciadas en las tomas de la medicina, según sea el caso

Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval

Indicaciones base para la elaboración de tinturas



- 1 frasco de vidrio obsucuro (verde, azul o ambar) del tamaño que quieras que quede tu tintura
- Alcohol (caña, mezcal, tequila, aguardiente o alcohol de 96 grados etiqueta roja)
- Etiqueta con los siguientes datos: nombre, fecha, nombre de la o las plantas e indicación de si fueron secas o frescas, tipo de alcohol utilizado y grado ethílico, método de serenamiento (enterrado en tierra o a la sombra.
- Corcho, tapa o corcho improvisado con bolsa plástica y liga
- Colocar 2/3 partes de planta o plantas y rellenar con alcohol, colocar la etiqueta y tapar
- Dejar serenar

Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval

Métodos de maceración



- La maceración se hace a través de 3 tipos de métodos de serenamiento:
- 1) colocar la botella de pie, enterrada en un jardín
- 2) colocar la botella de pie, enterrada en un bote, bolsa o huacal con tierra
- 3) o dejarla de pie en un lugar seco, obscuro y fresco.
- Las fechas ideales para realizar una tintura son de cuarto creciente a luna llena pues es el momento en que las plantas y los compuestos vivos tienen mayor propiedades medicinales
- La cantidad ideal para dejar serenar una tintura son 2 meses, si se trata de una tintura de uso externo o que se necesite emplear de manera rápida, puede ser una semana

Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval

Prontuario ginecológico



- Glosario de Partes de las plantas que se deben emplear:

Bu	Bulbo	**Fr**	Fruto	**Ri**	Rizoma
Co	Corteza	**Fri**	Fruto no maduro	**Se**	Semilla
Ex	Exudado	**Ho**	Hoja	**Ta**	Tallo
Fl	Flor	**Ra**	Raíz	**Pc**	Planta completa

- Glosario para las formas de preparación:

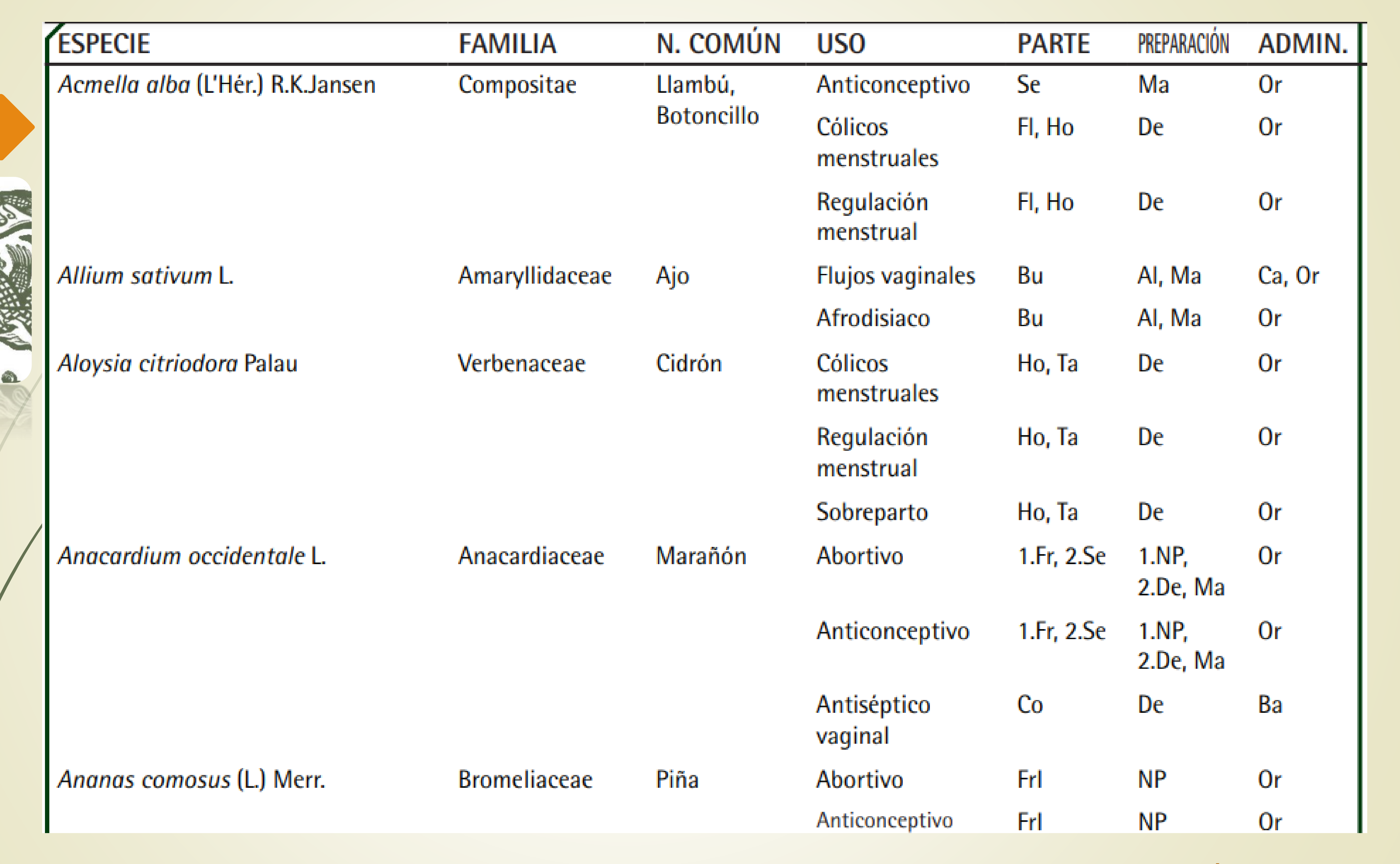
Al	Mezcla alcohólica	**Ju**	Jugoterapia
De	Decocción	**Ma**	Maceración
In	Infusión	**Np**	No procesar

Glosario para las forma de uso:

Ba	Baño	**Ca**	Cataplasma	**Or**	Oral

Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval

Del manual: Plantas medicinales utilizadas en el tratamiento de enfermedades ginecológicas en Leticia y Puerto Nariño (Amazonas, Colombia)

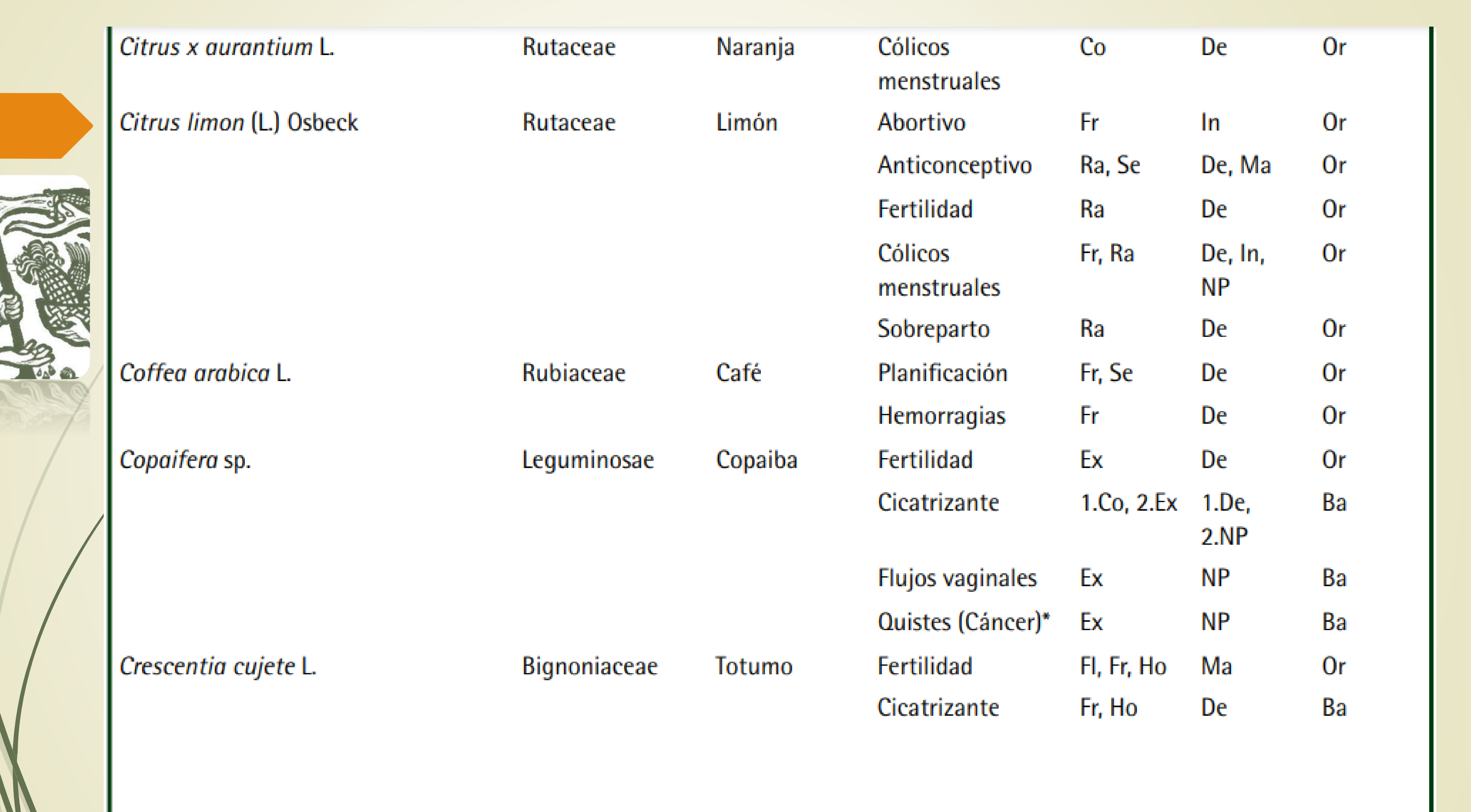


ESPECIE	FAMILIA	N. COMÚN	USO	PARTE	PREPARACIÓN	ADMIN.
Acmella alba (L'Hér.) R.K.Jansen	Compositae	Llambú, Botoncillo	Anticonceptivo	Se	Ma	Or
			Cólicos menstruales	Fl, Ho	De	Or
			Regulación menstrual	Fl, Ho	De	Or
Allium sativum L.	Amaryllidaceae	Ajo	Flujos vaginales	Bu	Al, Ma	Ca, Or
			Afrodisiaco	Bu	Al, Ma	Or
Aloysia citriodora Palau	Verbenaceae	Cidrón	Cólicos menstruales	Ho, Ta	De	Or
			Regulación menstrual	Ho, Ta	De	Or
			Sobreparto	Ho, Ta	De	Or
Anacardium occidentale L.	Anacardiaceae	Marañón	Abortivo	1.Fr, 2.Se	1.NP, 2.De, Ma	Or
			Anticonceptivo	1.Fr, 2.Se	1.NP, 2.De, Ma	Or
			Antiséptico vaginal	Co	De	Ba
Ananas comosus (L.) Merr.	Bromeliaceae	Piña	Abortivo	Frl	NP	Or
			Anticonceptivo	Frl	NP	Or



Brosimum rubescens Taub.	Moraceae	Palo Sangre	Fertilidad	Co	De	Ba
			Planificación	Co	De	Or
			Quistes (Cáncer)*	Co	De	Or
Brosimum sp.	Moraceae	Mururé	Anticonceptivo	Ho	Ma	Or
			Afecciones vaginales	Ex	1.Al, 2.NP	1.Or, 2.Ca
			Cólicos menstruales	Ho	Ma	Or
Bryophyllum pinnatum (Lam.) Oken	Crassulaceae	Pirarucú	Parto	Ho	In	Ba
Calendula officinalis L.	Compositae	Caléndula	Cólicos menstruales	Fl	De	Ca
				Ho	De	Ba, Ca, Or
				Ta	De	Ba, Or
			Regulación menstrual	Fl	De	Ba, Or
				Ho	De	Ba, Ca, Or
				Ta	De	Ca

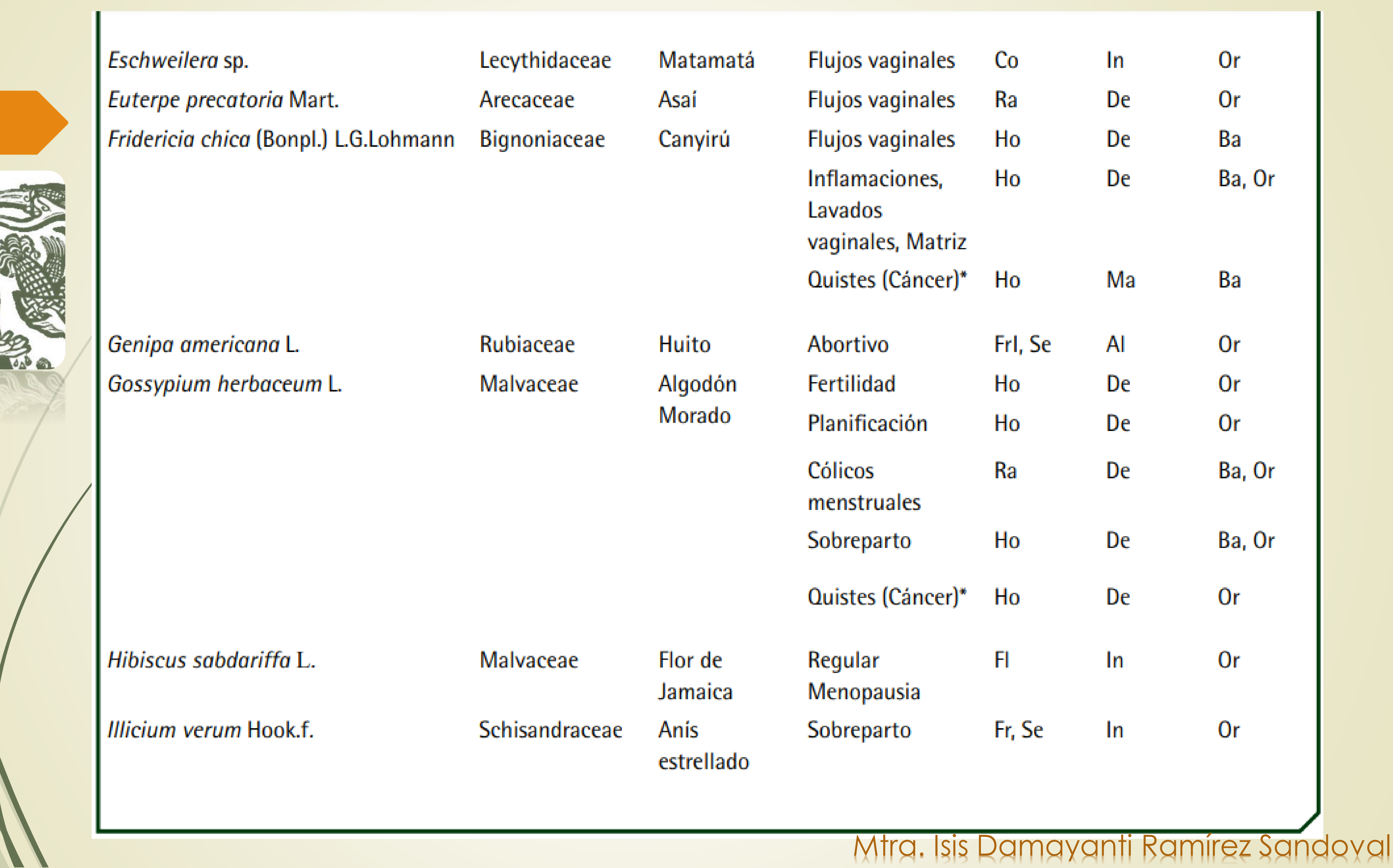
ESPECIE	FAMILIA	N. COMÚN	USO	PARTE	PREPARACIÓN	ADMIN.
Calycophyllum spruceanum (Benth.) Hook.f. ex K.Schum.	Rubiaceae	Capironilla	Matriz, dolores vaginales.	Co	De	Ba, Or
			Quistes (Cáncer)*	Co	NP	Ba
Campsiandra angustifolia Benth.	Leguminosae	Huacapurana	Planificación	Co	De	Ca
			Flujos vaginales	1.Co, 2.Ho	De	1.Ba, 2.Or
			Cólicos menstruales	Co	De	Or
			Hemorragias	Co	Al	Ba, Or
			Sobreparto	Co	In	Or
			Quistes (Cáncer)*	Co	De	Ba, Or
Capsicum annuum L.	Solanaceae	Ají	Afrodisiaco	Ho, Ta	Al	Or
Carica papaya L.	Caricaceae	Papaya Macho	Anticonceptivo	1.Frl, 2.Ho	1.NP, 2.Ma	Or
Cecropia sp.	Urticaceae	Yarumo	Fertilidad	Co	De	Ba
			Parto	Co	De	Ba
Cedrela odorata L.	Meliaceae	Cedro Rojo	Anticonceptivo	Co	De	Or
			Flujos vaginales, heridas	Co	De	Ba, Or
			Quistes (Cáncer)*	Co	De	Ba, Or
Ceiba pentandra (L.) Gaertn.	Malvaceae	Wimba	Fertilidad	Fr	Ma	Ba



Citrus x aurantium L.	Rutaceae	Naranja	Cólicos menstruales	Co	De	Or
Citrus limon (L.) Osbeck	Rutaceae	Limón	Abortivo	Fr	In	Or
			Anticonceptivo	Ra, Se	De, Ma	Or
			Fertilidad	Ra	De	Or
			Cólicos menstruales	Fr, Ra	De, In, NP	Or
			Sobreparto	Ra	De	Or
Coffea arabica L.	Rubiaceae	Café	Planificación	Fr, Se	De	Or
			Hemorragias	Fr	De	Or
Copaifera sp.	Leguminosae	Copaiba	Fertilidad	Ex	De	Or
			Cicatrizante	1.Co, 2.Ex	1.De, 2.NP	Ba
			Flujos vaginales	Ex	NP	Ba
			Quistes (Cáncer)*	Ex	NP	Ba
Crescentia cujete L.	Bignoniaceae	Totumo	Fertilidad	Fl, Fr, Ho	Ma	Or
			Cicatrizante	Fr, Ho	De	Ba



ESPECIE	FAMILIA	N. COMÚN	USO	PARTE	PREPARACIÓN	ADMIN.
Croton lechleri Müll.Arg.	Euphorbiaceae	Sangre Drago	Cicatrizante	Co, Ex	NP	Ba, Or
				Ho	Ma	Ba, Or
			Flujos vaginales	Co	In	Ba, Or
Cuphea strigulosa Kunth	Lythraceae	Lancetillo	Sobreparto	Ho	In	Or
Cymbopogon citratus (DC.) Stapf	Poaceae	Hierba Luisa	Cólico en las mujeres	Ho	In	Or
Cyperus sp.	Cyperaceae	Cortadera Morada, Piripiri	Fertilidad	Ho	In	Or
			Hemorragias	Ho	In	Or
			Sobreparto	Ho	NP	Or
Duguetia sp.	Annonaceae	Espintana	Anticonceptivo	Co	De	Or
Dysphania ambrosioides (L.) Mosyakin & Clemants	Amaranthaceae	Paico	Cólicos menstruales	Fl, Ho, Ta	In	Or
Eryngium foetidum L.	Apiaceae	Cilantro	Flujos vaginales	Ho, Ra	De	Ba
Erythrina fusca Lour.	Leguminosae	Amasisa	Abortivo	Co, Ho	De	Or
			Anticonceptivo	Co, Ho	De	Or
			Flujos vaginales	Co	De	Ba, Or
			Parto	Co	De	Ba, Or



Eschweilera sp.	Lecythidaceae	Matamatá	Flujos vaginales	Co	In	Or
Euterpe precatoria Mart.	Arecaceae	Asaí	Flujos vaginales	Ra	De	Or
Fridericia chica (Bonpl.) L.G.Lohmann	Bignoniaceae	Canyirú	Flujos vaginales	Ho	De	Ba
			Inflamaciones, Lavados vaginales, Matriz	Ho	De	Ba, Or
			Quistes (Cáncer)*	Ho	Ma	Ba
Genipa americana L.	Rubiaceae	Huito	Abortivo	Frl, Se	Al	Or
Gossypium herbaceum L.	Malvaceae	Algodón Morado	Fertilidad	Ho	De	Or
			Planificación	Ho	De	Or
			Cólicos menstruales	Ra	De	Ba, Or
			Sobreparto	Ho	De	Ba, Or
			Quistes (Cáncer)*	Ho	De	Or
Hibiscus sabdariffa L.	Malvaceae	Flor de Jamaica	Regular Menopausia	Fl	In	Or
Illicium verum Hook.f.	Schisandraceae	Anís estrellado	Sobreparto	Fr, Se	In	Or

Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval

Consideraciones terapéuticas para atender a mujeres gestantes, el parto y el postparto



- Tratamiento para.mejor.ar la posición fetal .
- Acción-antiemorrágica después del parto
- Parto con problemas.
- Tratamiento después del Parto.
- Parto Vertical. En la posición vertical el útero de la gestante, al no comprimir los grandes vasos, la aorta ni vena -cava, no ocasiona alteraciones -en la circulación materna; ni en la irrigación de la placenta, y por ende no afecta la cantidad de oxigeno que recibe el feto. ·Existe un mejor equilibrio ácido base fetal tanto durante el periodo de dilatación; como en el expulsivo, facilitando la transición feto- neonatal. Ver pdf PLANTAS MEDICINALES UTILIZADAS DURANTE EL PROCESO DE PARTO Y PUERPERIO EN MADRES DE LA COMUNIDAD NATIVA AWAJUN…
- Parto Horizontal
- Recepción dé la gestante.
- Acompañamiento.
- Posiciones durante la fase de dilatación
- Disposición final de la placenta
- Puerperio

Mtra. Isis Damayanti Ramírez Sandoval